

РЕАЛИЗАЦИЯ И СТРУКТУРА ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИКО–ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА

А.П. Саскевич

Районное спортивно–оздоровительное учреждение «Вымпел»

Научный руководитель – Е.А. Масловский, д.п.н., профессор

Белорусский государственный университет физической культуры

Актуальность. Огромное значение в определении специфики того или иного целого, его особенностей, свойств является структура. Физическая подготовка на начальном этапе спортивного совершенствования представляет собой сложную, многокомпонентную функциональную систему. Анализ многочисленных исследований теоретико–методических положений физической (ФП) и технико–тактической подготовки (ТТП) позволяет констатировать, что очень часто, уделяя большое внимание методической составляющей процесса данных видов подготовленности, многие специалисты упускают из виду важнейший организационный аспект достижения цели профессиональной подготовки будущих профессиональных хоккеистов – долгосрочный план построения процесса ФП и ТТП.

Целостность учебно–тренировочного процесса обеспечивается на основе определенной структуры, которая представляет собой относительно устойчивый порядок объединения его компонентов (частей, сторон и звеньев), их закономерное соотношение друг с другом и общую последовательность.

В связи с этим для адекватного совершенствования процесса ФП и ТТП юных хоккеистов перспективным является применение системного подхода, что, в свою очередь, приводит к необходимости разработки структуры ФП и ТТП. Этот этап исследования основывается на признании системного характера научного знания и применимости к нему понятия структуры.

Построение структуры физической и технико–тактической подготовки. Анализ литературы по ФП и ТТП показал, что ее теоретические и методологические основы формировались преимущественно в процессе развития спортивной направленности. Вследствие этого, накопленные на сегодняшний день научно–прикладные знания носят фрагментарный, неупорядоченный и проти-

воречивый характер, не определены ее приоритеты и структура. В силу этого, до сих пор не создано целостное представление о системе ФП и ТТП юных хоккеистов, направленной на повышение их профессионального уровня.

Декларируя необходимость разработки рациональной структуры процесса ФП и ТТП юных хоккеистов, прежде всего, следует исходить из тезиса сравнения ее эффективности с тем, что сегодня существует в практике. Структура ФП и ТТП юных хоккеистов состоит из двух ступеней (рисунок 1).

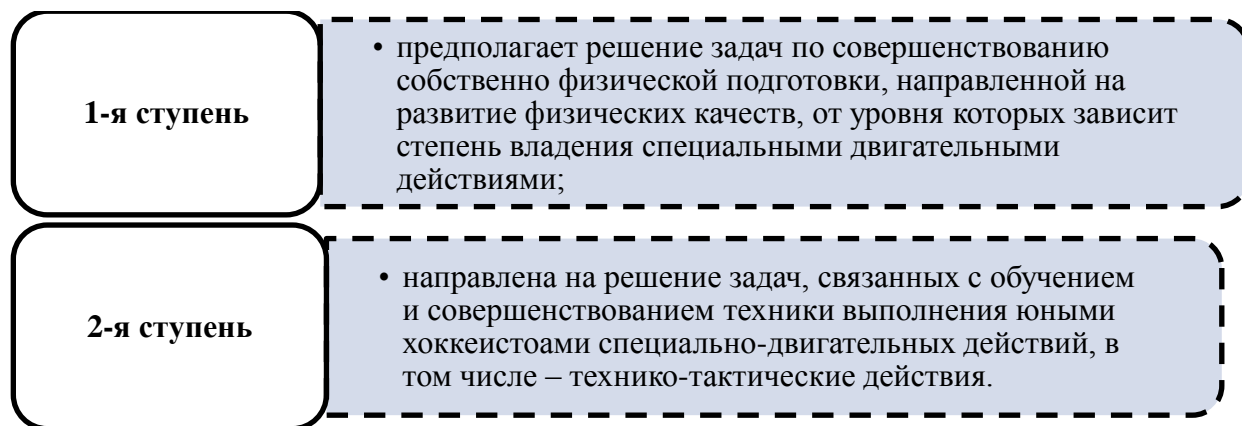


Рисунок 1 – Структура ФП и ТТП юных хоккеистов

В организации традиционной структуры выявляется ряд негативных тенденций, к ним, в частности, относятся:

- *неравномерное распределение в рамках макроциклов нагрузок с различной преимущественной направленностью* тренирующего воздействия на организм юных спортсменов. Эта тенденция порождается одной причиной – комплексно-параллельной формой организации тренирующей нагрузки, считавшейся, к сожалению, наиболее эффективным методическим принципом.

- *неспециализированное и бессистемное применение упражнений*, направлены, главным образом, для обучения и совершенствования профессиональным техническим действиям и только в качестве «добавки» для развития физических качеств. При этом научно доказано, что при высоком уровне ФП и использовании на его базе адекватных средств ФП позволяет спортсменам на этапе начального спортивного совершенствования достигать оптимального максимума владения техническими действиями. В связи с этим, на наш взгляд, тратить 80% времени только на техническую подготовку юных хоккеистов было не эффективно и нецелесообразно.

Внедрение структуры физической и технико-тактической подготовки. Несоответствие существовавшей структуры ФП и ТТП организации и осуществлению требуемой подготовки юных хоккеистов потребовало разработки и научного обоснования новой рациональной структуры, отвечающей реальным запросам практики и показавшей свою эффективность даже при современном (низком) уровне ФП юных спортсменов.

В ходе исследования была научно обоснована и разработана новая структура ФП и ТТП юных хоккеистов. Анализ исследований в области ФП, ТТП и указанные выше методологические особенности построения структур, предполагают, что **законами**, определяющими особенности разработки структуры ФП и ТТП юных спортсменов, являются принципиальные положения теории спортивной тренировки согласно которым:

- *компоненты структуры должны содействовать получению конечного приспособительного результата;*

- *тренировочный процесс следует рассматривать как циклический с годовой или, по крайней мере, полугодовой периодичностью.*

Принципиальным отличием разработанной структуры от традиционной, является научное обоснование и соответственно определение приоритета в структуре ФП и ТТП – ФП юных хоккеистов, создающая необходимую «физическую базу» для эффективного решения основной задачи ФП и ТТП – формирование и совершенствование технико-тактических действий, что невозможно без высокого уровня развития профессионально важных физических качеств. При разработке принципиально новой структуры ФП и ТТП юных хоккеистов были сформулированы следующие

методические установки на организацию тренировочного процесса в одном макроцикле (рисунок 2).

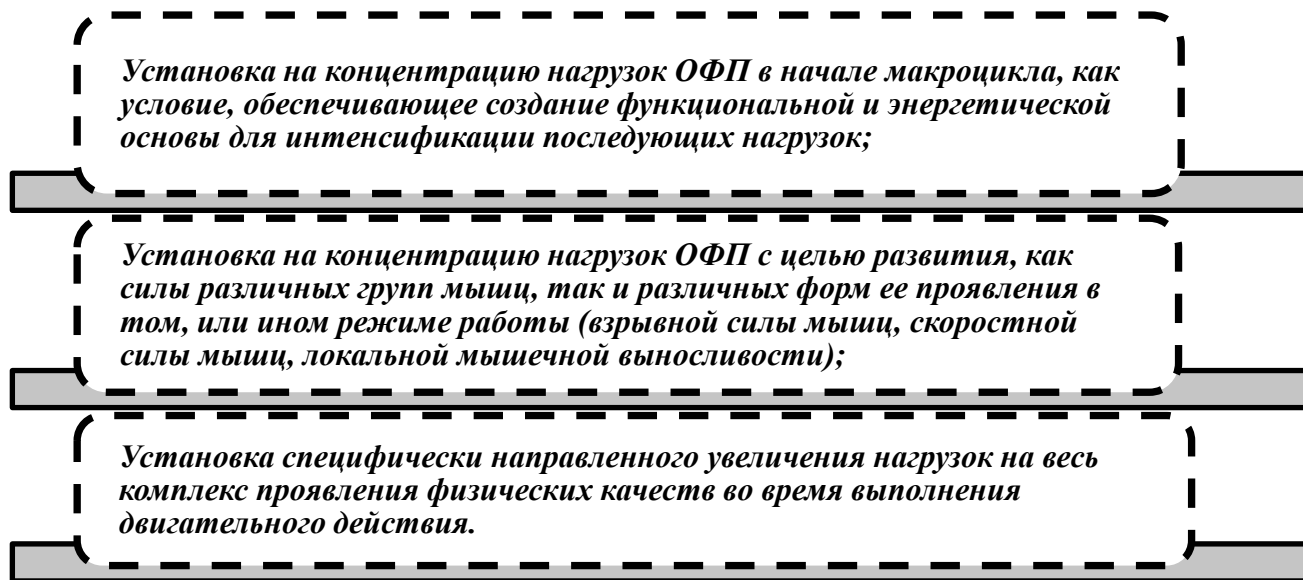


Рисунок 2 – Организация тренировочного процесса в одном макроцикле (методические установки)

На языке практической методики организации тренировочного процесса, указанные выше установки соответствуют следующим блокам разработанной структуры ФП и ТТП юных хоккеистов:

Этап I – диагностико–адаптационный (июль–август).

Этап II – контрольно–подготовительный (сентябрь–март).

Этап III – базовый (апрель–июль).

Заключение. Таким образом, в аспекте исследования, закономерности адаптационных перестроек организма человека именно в спортивной деятельности являются основой. В связи с этим, правомерно считать, что структура процесса ФП и ТТП юных хоккеистов должна базироваться на объективно существующих закономерностях становления спортивного мастерства, имеющих специфическое преломление в избранном виде спорта, технические элементы (и соответственно проявляемые в них физические качества) которых являются составляющими всех профессиональных действий хоккеистов. Эти закономерности будут основополагающими факторами, определяющими оптимальную структуру подготовки будущих спортсменов высокого уровня и соответственно эффективность профессиональной деятельности.